



**GOBIERNO  
FEDERAL**

**SSP**

Subsecretaría de  
Prevención,  
Vinculación y  
Derechos  
Humanos

Dirección  
General de  
Vinculación y  
Participación  
Ciudadana

# **CONSEJOS BÁSICOS DE SEGURIDAD Y AUTOCUIDADO**

## **Compendio**



**Vivir Mejor**



## ÍNDICE

1. Presentación
2. Seguridad en tu hogar
3. Seguridad vial
4. Seguridad antes, durante y después de salir de vacaciones
5. Medidas de seguridad con los niños
6. Medidas de seguridad juvenil
7. El delito oculto: La violencia doméstica
8. Peligros en internet
9. Cómo evitar los secuestros al paso, express y virtual
10. ¿Qué hacer si te toman de rehén?
11. Extorsión telefónica
12. Tus derechos al denunciar ante cualquier Agencia del Ministerio Público



## 1. Presentación

El Compendio de Consejos Básicos de Seguridad y Auto-Cuidado fue elaborado con el objetivo de proporcionar a la ciudadanía, una herramienta de consulta rápida, ágil y útil para la prevención de delitos.

Con este documento se busca aportar elementos para el establecimiento de una cultura de seguridad preventiva, mediante el conocimiento de medidas básicas de autoprotección, que consisten en una serie de recomendaciones para el cuidado y resguardo de personas y bienes en todos los ámbitos en los que el individuo se desenvuelve, como el hogar, el trabajo, la escuela, la calle, el transporte y los espacios de recreación.

Este Compendio reúne los consejos de seguridad y autocuidado, de expertos en la materia y de las experiencias vividas en el trabajo de campo de servidores públicos de la SSP.

A través de su lectura el ciudadano dimensiona la importancia de invertir tiempo en la **SEGURIDAD PREVENTIVA**. Al organizarse y coordinarse con sus vecinos y autoridades locales, se contribuye a que la seguridad comunitaria sea más efectiva. Los consejos son cosas simples, pero pueden llegar a evitar traumas y hasta salvar una vida.

## 2. SEGURIDAD EN TU HOGAR

**Estas medidas ayudan a reducir los riesgos de que ingresen ladrones a tu domicilio.**

- No dejes tu casa sola. Siempre que sea posible debe quedarse una persona en casa.
- No abras la puerta a personas que ofrecen ventas de productos, reparaciones y/o instalación de servicios; solicitan colaboración para obras sociales; o que acuden con actitud desesperada solicitando el teléfono porque se ha presentado una emergencia, (en ese caso dile que tu harás la llamada dando el aviso a quien corresponda).
- No proporciones innecesariamente información sobre tus direcciones, teléfonos, grupo familiar, horarios, períodos de vacaciones o que estarás ausente. No informes a desconocidos de los horarios en que no estás en tu hogar.
- Evita dar llaves de la casa a extraños o trabajadores temporales, de ser necesario, cambia posteriormente cerraduras o combinaciones.
- Confía las tareas domésticas a personas serias que presenten referencias comprobables, especialmente las que están al cuidado de niños, ancianos o inválidos.
- Utiliza el menor tiempo posible para entrar a tu casa, procura llevar las llaves de la puerta en la mano.



- Evita arbustos u otros elementos que puedan ocultar a un intruso cerca de puertas o ventanas.
- Debes estar organizado con tus vecinos, para pedir ayuda en caso de emergencia, mediante señales como silbatos, lámparas con sensores de movimiento y/o ruido, alarmas.
- Asegúrate de que tu casa no tenga aparatos ruidosos como, acondicionador de aire, bomba de agua, refrigerador; lavadora, secadora, esto por si alguien quiera aprovechar el ruido para introducirse en tu casa y robar.
- Si guardas objetos valiosos en el hogar o vives en una región aislada o en un barrio vulnerable a los robos, considera instalar un sistema de alarma, contacta varias compañías que tenga varios años de establecidas y decide que alarma es adecuada a tus necesidades y posibilidades.
- Evalúa tu casa desde la perspectiva de un ladrón. Busca fallas de seguridad dentro y fuera de la casa, de día y de noche.
- Asegúrate de que cada puerta que da al exterior tenga una cerradura con traba. Asegura también las ventanas de los sótanos con rejas.
- Asegura la puerta principal. Si aún no tiene mirilla, instálala y asegúrate de que todos la usen; si hay un vidrio a corta distancia del picaporte, instala un mecanismo de cierre que impida abrir la puerta si el intruso rompe el vidrio (si las disposiciones contra incendio lo permiten, se puede instalar una cerradura que requiera llave para abrirse de fuera y de adentro); coloca bloqueos en las puertas corredizas.
- Asegura las ventanas: Se puede recurrir a sensores de alarmas; postigos; rejas; bloqueos, si son corredizas. Las puertas deben quedar ajustadas a sus marcos y los pernos de las bisagras deben estar hacia dentro.
- No dejes la llave de tu hogar escondida en lugares exteriores, alguien podría detectar esa acción que sería de consecuencias graves.
- Si perdiste tus llaves cambia la combinación de la cerradura. Si te acabas de mudar a una casa o departamento, cambia las cerraduras.
- No dejes mensajes en la puerta indicando tu ausencia.
- Mantén bien cuidado tú patio. Cuando las escaleras y herramientas no estén en uso, guárdalas bajo llave dentro de un garaje, el sótano o un cobertizo.
- Coloca el número de tú casa en un lugar visible para que la policía y otros vehículos de emergencia puedan encontrar tú domicilio rápidamente.
- Ten al día el inventario de los objetos de tú casa, ya que fueran robados te ayudará a identificarlos y reclamarlos.
- Sé cauteloso con las entregas de productos, llamadas de servicio de reparación o mantenimiento de agua, luz, teléfono, construcciones, comida rápida que no solicitaste, etc.

**LOS LADRONES PUEDEN LLEVARSE MÁS QUE TUS POSESIONES. PROTEGE TU VIDA!**



**Los ladrones generalmente no quieren encontrarse con sus víctimas. Pero si son sorprendidos por alguien que regresa de improviso o eligen una casa ocupada, alguien puede resultar herido.**

- Cuando observes situaciones extrañas o personas sospechosas, alerta a la policía a través de los números 066 de emergencias o al 089 denuncia anónima y al personal de vigilancia más cercano.
- Si al regresar a tu domicilio observas una lámpara o una ventana rota, una puerta entreabierta o una chapa forzada, **NO ENTRES**. Llama a la policía desde la casa de un vecino o de un teléfono público. Evita cualquier enfrentamiento físico con el delincuente.
- Si escuchas un ruido durante la noche que te haga pensar que alguien puede estar tratando de entrar o caminando dentro de la casa, enciértrate en un cuarto, llama a la policía y espera a que llegue la ayuda. Si no hay teléfono en el cuarto, abre la ventana y grita pidiendo apoyo a tus vecinos. Si puedes salir sin peligro, hazlo. Si el intruso ya se encuentra en la habitación cuando te percatas de su presencia, finge dormir.
- Conoce a tus vecinos y sus vehículos. Si ves una persona extraña o un automóvil desconocido en forma sospechosa, anota el número de la placa de circulación, comunica a tus vecinos la presencia de extraños y/o llama a la policía.
- Los asaltantes de vehículos, los ladrones de bolsas y de casa habitación han adquirido la costumbre de atacar a sus víctimas en los garajes, que se están convirtiendo en una de las zonas más peligrosas de la casa. No te confíes. Estarás a salvo hasta que hayas echado llave a las puertas y te hayas cerciorado de que nadie entró mientras bajabas del vehículo para cerrar.
- Si al salir o llegar a tu domicilio te percatas de la presencia sospechosa de algún o algunos sujetos, no intentes abrir la puerta de tu garaje y reporta la situación de inmediato a la policía.
- Piénsalo dos veces antes de comprar un arma de fuego para tu protección. Las armas pueden ser robados y vendidos a cualquiera, o utilizadas contra ti. Si ya tienes un arma, guárdala bajo llave y aprende a usarla de manera segura.

## **LA ORGANIZACIÓN Y LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA SON FUNDAMENTALES EN TU SEGURIDAD**

- Únete a un grupo vecinal de vigilancia. Si no existiera, pide a la policía o a las Autoridades que te ayuden a organizar uno. Hazte amigo de tus vecinos. La primera línea de defensa contra la delincuencia está formada por vecinos observadores que pueden cuidarse entre ellos mismos.
- Trabaja en conjunto con los vecinos. Manténganse mutuamente atentos; intercambien números de teléfonos domiciliarios, de trabajo y celulares; comuníquense qué desea cada uno que haga el otro en caso de incidente. (No todo el mundo tiene las mismas preferencias sobre conductas a adoptar en esas situaciones).
- Es fundamental detectar los focos rojos o señales de alarma, que pueden contribuir a la delincuencia: Mala iluminación, vehículos abandonados, lotes baldíos, áreas de juego con



basura, casas sin mantenimiento. Trabaja con el gobierno local y los vecinos para organizar días de limpieza.

- **Denuncia** la negligencia o incumplimiento de los deberes de servidores públicos, vigilantes, u otros empleados al servicio de tu comunidad.

### **¿QUÉ HACER SI ERES VÍCTIMA DE UN DELITO EN TU CASA?**

- No persigas a los probables responsables. Avisa a la policía de tu localidad ó a quien pueda ayudarte de inmediato.
- No toques ningún objeto que haya sido usado y/o tocado por los agresores.
- Elabora una lista de lo robado. Reúne las facturas de compra.
- Reporta al banco o a quien corresponda, el robo de tarjetas de crédito bancarias o comerciales, cheques, títulos de propiedad, valores, etc.
- Acude de inmediato a la sede de policía más cercana a tu sector y **DENUNCIA el hecho.**

### **3. SEGURIDAD VIAL**

#### **Ser sensato en la calle es tener sentido común**

*¿Caminas o corres solo, en la mañana, en la tarde o por la noche, cuando las calles están tranquilas y desiertas?*

*¿Llevas tu dinero, llaves, y tarjetas de crédito, etc. en tu bolsa y luego la dejas completamente abierta sobre un mostrador, un escritorio o el suelo?*

*¿Llevas la cartera en la bolsa de la chamarra y luego la cuelgas en un perchero o la abandonas sobre una silla?*

*Mientras caminas o conduces tu vehículo ¿dejas que tu mente divague distraídamente sobre el trabajo o las muchas cosas que tienes que hacer?*

*¿Piensas que es una pérdida de tiempo cerrar tu vehículo con llave si vas a estar de vuelta dentro de pocos minutos?*



Si respondiste a cualquiera de las anteriores preguntas con un «sí», tendrás que cambiar varios hábitos. Pero aún si respondiste a todas negativamente, continúa leyendo. Dedicar unos minutos a este documento ahora te evitará inconvenientes más adelante.

## **PRECAUCIÓN BÁSICA EN LA CALLE**

- Dondequiera que estés, en la calle, en tu oficina, en un centro comercial, en tu vehículo, esperando el autobús o el metro, debes permanecer alerta y prestar atención a lo que acontece a tu alrededor.
- Al salir de tu casa informa a donde iras.
- Con tu actitud manifiesta estar tranquilo, confiado y que sabes hacia donde vas, siempre seguro.
- Confía en tus instintos. Si alguna cosa o alguna persona te inquieta, evítala o retírate del lugar.
- Conoce la colonia donde vives y trabajas. Infórmate del teléfono y ubicación de las módulo de policía y de bomberos, los teléfonos públicos, los hospitales, las tiendas y los restaurantes que permanecen abiertos hasta tarde.
- Trata de usar los cajeros automáticos durante el día.
- Evita portar varias tarjetas bancarias, solo lleva la que vas a utilizar.
- Utiliza de preferencia cajeros automáticos ubicados dentro de los centros comerciales.
- Lleva bolsas discretos y que se puedan cerrar.
- Lleva la bolsa de tal manera que permita su rápida liberación si te vieras forzada a hacerlo.
- Ten a mano la llave del garaje o de la puerta antes de llegar a tu casa.
- Si tienes que trabajar hasta tarde, asegúrate de que haya otras personas en el edificio y pide a alguien, un colega o guardia de seguridad que te acompañe hasta tu vehículo, o la parada del autobús.
- Evita la rutina (salir a la misma hora, pasar por los mismos lugares).
- Redobla tu atención a la salida de Bancos, Centros Comerciales y Mercados.
- Utiliza los puentes peatonales para proteger tu vida.

## **CUANDO VAYAS CAMINANDO**

- Cruza siempre por las esquinas, fijando tu atención hacia el tránsito circulante.
- Si usas bolsa de mano o portafolio, de preferencia que tenga donde colgar del hombro. Llévala debajo del brazo y hacia la parte interna de la calle.
- Coloca tu cartera en una bolsa interior de la chamarra o en uno de los bolsillos delanteros del pantalón.



- Camina por calles iluminadas y transitadas, evita caminar por áreas boscosas, lugares desconocidos, construcciones, calles oscuras, solitarias o terrenos baldíos, estacionamientos o callejones. Antes de salir identifica las rutas más seguras.
- No comentes en público que tienes grandes sumas de dinero. Si vas de compras procura llevar contigo sólo el dinero indispensable.
- Evita exhibir en público la cartera, bolsa u objetos personales de valor, lleva sólo lo necesario.
- No uses calzado ni ropas que restrinjan tus movimientos.
- Si piensas que alguien te está siguiendo, cambia de dirección o cruza la calle. Camina hacia un negocio que esté abierto, un restaurante o una casa iluminada.
- Si tienes miedo, grita pidiendo ayuda.
- Desconfía cuando detectes grupos de personas que se aproximen a ti, evítalos y no te detengas, dirígete a un establecimiento público o negocio y pide ayuda.
- En la calle camina en el sentido opuesto a la circulación vial para evitar que un vehículo, motocicleta o bicicleta se te acerque sorpresivamente por detrás.
- Cuando observes el reflejo de los vidrios, ventanas o cristales trata de utilizarlos como espejos para ver lo que sucede a tus espaldas.
- Sé discreto en el uso de joyas y prendas de vestir, ya que esto es de gran atractivo para delincuentes en busca de objetos de valor.
- Evita acercarte a algún vehículo, que te solicite información, no permitas que te aborden personas desconocidas. Evita conversar con desconocidos.
- Procura salir siempre acompañado de alguien. Cuando vayas solo, mantente alerta, nunca te confíes por que haya gente alrededor tuyo. Los delincuentes cometen sus delitos a plena luz de día y en lugares concurridos.
- Trata de no caminar solo cerca de tu casa u oficina. Si están planeando secuestrarte estos son los dos lugares más probables en donde cometerán el ilícito.
- Evita el trato con vendedores ambulantes ó con desconocidos, sobre todo si se encuentran en grupo.
- Evita verte envuelto en riñas y no hagas caso a provocaciones, sobretodo si te encuentras conduciendo un vehículo. También evita las manifestaciones públicas, las aglomeraciones y los disturbios.
- En caso de que seas asaltado actúa con calma. No realices movimientos raros o amenazadores. No opongas resistencia. Evita cualquier enfrentamiento físico. Haz lo que se te pide y trata de permanecer callado. Recuerda que los delincuentes actúan en parejas ó tríos y normalmente están armados.
- Trata de memorizar lo que ves o escuchas (Facciones, vehículos, vestimenta, etc). No te arriesgues. Pese a tu enojo no persigas a los delincuentes.
- Evita dejarte sorprender por personas que, señalando el dinero en el piso, te pregunten si es tuyo, te ofrezcan limpiar tu ropa manchada, distraigan tu atención con conversaciones circunstanciales o simulen incidentes o desmayos como tácticas de distracción.





## CUANDO VAYAS EN TU VEHÍCULO

**Como conductor** (Considera que tu eres el que aporta el riesgo).

- Mantén tu vehículo, en buenas condiciones de uso.
- Asegúrate de que tiene suficiente gasolina para ir a tu destino y regresar.
- Inspecciona dentro y fuera del vehículo antes de entrar.
- Evita estacionarte en áreas alejadas que tienen poco tránsito peatonal o de vehículos y con poca o mala iluminación.
- Mantente especialmente alerta a estacionamientos al aire libre o garajes subterráneos.
- Si piensas que alguien te está siguiendo, no vayas a casa. Dirígete a la policía, una gasolinera o cualquier otro negocio y pide ayuda.
- Si alguien intenta sacarte del camino, haz sonar el claxon en forma continua. Si eres forzado a detenerte, da marcha atrás rápidamente tocando el claxon y moviendo el auto lo más posible.
- No recojas personas que te hagan señales y nunca pidas a un extraño que te lleve en su vehículo.
- No permitas que nadie viaje en tu vehículo sin colocarse el instrumento de seguridad (cinturón de seguridad).
- Controla siempre la velocidad a la que te desplazas y modérala en áreas urbanas. Piensa que a partir de los 100 kms/h en un impacto tu vida y la de los que te acompañan “está echada a la suerte”, aún con cinturón y bolsa de aire.
- Respeta y protege siempre al peatón y ciclista, aún cuando se equivoque al actuar. Imagina en ellos a tus seres queridos. Es muy probable que ellos enfrenten esa situación cotidianamente.
- Sé cortés e intuye siempre el “error” antes que la “mala intención” en el comportamiento del otro. ¿Acaso tú nunca te equivocas?
- Si tienes que esperar a otra persona no lo hagas dentro del vehículo, es preferible salir a buscar un sitio estratégico que te permita vigilar tu automóvil y advertir la llegada de quién esperas.
- No busques una calle oscura para estar con tu pareja dentro del vehículo. Un momento de aventura podría costarte la vida.
- Si tienes permiso de circulación provisional adherido a alguna ventana de tu automóvil, evita que se vea la dirección y teléfono de tu domicilio si aparecen en el formulario.
- No dejes tu vehículo prendido, abierto, o con objetos visibles dentro, tales como carteras, bolsas de mano, aparatos electrónicos, portafolios, sacos, paquetes, maletas, etc.
- Procura tener las llaves de tu automóvil a la mano. Es conveniente separar las llaves del domicilio y de la oficina, del llavero del vehículo.



- Evita en lo posible identificar el lugar de estacionamiento que te corresponde en tu edificio con el mismo número que identificas tu departamento u oficina.
- Procura no hablar por el celular mientras conduces, esto incrementa tu vulnerabilidad.
- Procura mantener al menos 50 cm. de distancia del vehículo que va delante, así disminuirás el riesgo de que te intercepten para robarte el auto.
- Si tu vehículo es chocado levemente de noche o en un sitio despoblado no te detengas, por el contrario trata de salir rápidamente de esta situación, pues ésta es una de las formas de actuar de la delincuencia.
- Procura portar teléfono celular, con los números de emergencia grabados, checa que la pila tenga suficiente carga y crédito. Baja los seguros de las puertas. Si no quieres cerrar los vidrios procura dejar una abertura por donde no quepa una mano.
- Mantén especial atención en los semáforos, esquinas, cruceros, gasolineras y estaciones de servicio.
- No compres productos a comerciantes informales desde tu vehículo. Esta es una de las principales tácticas utilizadas para despojarte de celulares, prendas y cartera.

## **CUANDO ESTACIONES TU VEHÍCULO**

- Procura que el estacionamiento no tenga como requisito entregar las llaves. Es costumbre pensar que al entregar el vehículo al "valet parking" estará bien resguardado pero muchas veces los "parqueros" están combinados con los delincuentes. No hay que olvidar, además, que esos establecimientos no se hacen responsables por robos de vehículos.
- Procura utilizar estacionamientos comerciales. Si es inevitable estacionar en la vía pública, que sea en lugares bien iluminados y cercanos a su destino, recordando colocar todos los sistemas de seguridad.
- Evita hacer comentarios a terceros sobre los sistemas de seguridad que posee tu vehículo. No dejes las llaves olvidadas en el conector de encendido, en las puertas o en la cajuela. Recuerda abatir la antena del radio si esta no es automática.
- Asegúrate de que las puertas y vidrios queden bien cerrados. No olvides activar tu alarma y desmontar la carátula del equipo de sonido si es el caso.

## **SI ERES UNA PERSONA DE LA TERCERA EDAD Y TODAVÍA MANEJAS, LEE CON ATENCIÓN LO SIGUIENTE:**

*Con el paso de los años, muchas de nuestras capacidades físicas y psicológicas se modifican hasta el punto de que ciertas tareas nos resultan más complicadas. y a veces, imposibles de realizar. Conducir un vehículo es una de ellas.*

*Algunas enfermedades requieren que se tomen medicinas que disminuyen la percepción y la capacidad de reacción. Los factores vinculados con el envejecimiento que con mayor frecuencia afectan la capacidad de manejar son:*



- 1) *Disminución o pérdida de la capacidad visual.*
- 2) *Disminución o pérdida de la capacidad auditiva.*
- 3) *Cambios en la condición y fuerza física.*
- 4) *Tiempo de reacción más lento.*

*Las investigaciones muestran una conexión directa entre los accidentes de tránsito y los cambios físicos experimentados en personas mayores.*

*La pérdida de visión, oído y la fuerza física es gradual y puede pasar casi inadvertida hasta el momento de tener que reaccionar ante una urgencia.*

*El deterioro de la capacidad sensorial asociada al envejecimiento, reduce la posibilidad de reacción inmediata y aumenta la posibilidad de accidentes de tránsito que a su vez, se incrementa proporcionalmente con la velocidad del vehículo.*

*La forma de compensar ese riesgo es ser consciente del peligro y adaptar los hábitos de manejo a las posibilidades físicas. Y extremando la prudencia.*

## **LOS PROBLEMAS DE VISIÓN QUE MÁS AFECTAN LA CAPACIDAD DE MANEJO SON:**

- Sensibilidad al brillo de la luz, del sol y los faros que pueden impedirte la visión.
- Problemas de enfoque: Dificultad para percibir distancias y velocidades.
- Miopía: Dificultad para distinguir el camino, las señales y el tránsito.
- Hipermetropía: Incrementa la fatiga y dificulta la concentración.
- Disminución de la percepción de profundidad: Dificulta el estacionamiento y el giro a la izquierda.
- Falla de la visión periférica: Afecta para decidir el derecho de paso.
- Cataratas: Nubla la visión y causa problemas en decidir si se tiene derecho de paso.
- Glaucoma: Causa problemas en decidir si se tiene derecho de paso.
- Degeneración macular: Afecta el centro del campo de visión y generalmente imposibilita manejar.

## **FORMAS DE COMPENSAR LOS CAMBIOS EN LA VISIÓN**

- Use lentes de sol si le afecta el reflejo.
- Procure no manejar de noche.
- Mantenga limpios y ajustados los faros.
- Evite marcos de anteojos muy gruesos que restrinjan la visión lateral.
- Acuda a realizarse revisiones periódicas.



## LOS SONIDOS DEL SILENCIO

*La audición es muy importante en el manejo. El oído permite prevenir accidentes, dándonos indicaciones a través de las bocinas, sirenas y chillidos de neumáticos. A veces un conductor puede oír que viene un auto pero por cuestiones de posición, no puede verlo. También es importante para tener noción del ambiente y estar concentrado en la tarea de manejar.*

### **¿Qué tiene que ver la fuerza con el manejo?**

*La fuerza puede ayudarlo a manejar mejor. Haciendo ejercicios que incrementen la fuerza, y sobre todo la flexibilidad, se puede evitar la fatiga y poder tener mayor control de la dirección, al mirar por los espejos y para los costados. Procure conservar los músculos de su cuello, hombros y brazos en buenas condiciones.*

**Falla en la decisión de pasar o no.** Compense la pérdida de visión lateral moviendo cuello y ojos de un lado a otro, varias veces. Pida ayuda a sus acompañantes para saber si viene un auto de costado.

**Peligrosas vueltas a la izquierda.** Si es posible evítelos dando la vuelta a la manzana. Sólo mire a su izquierda cuando tenga un semáforo verde y la nomenclatura se lo autorice.

**Puntos ciegos.** Siempre observe los espejos laterales y retrovisor antes de cambiar de carril.

**Entrar y salir de una autopista.** Acelere a la velocidad del tránsito e introdúzcase entre los otros autos en espacio y tiempo seguro con toda precaución.

**Retroceder.** Gire su cabeza y coloque un brazo en el respaldo mientras opera el volante con la otra.

**Dificultad de reacción.** Guarde más distancia y reduzca la velocidad.

Conducir un vehículo en las actuales condiciones de tránsito es una tarea exigente, que requiere educación vial y responsabilidad.

## EN EL TRANSPORTE PÚBLICO

- De preferencia utiliza taxis de sitio. Antes de subir a un taxi verifica que los números de la placa de circulación y de identificación exterior coincidan con los datos que aparecen en el tarjetón del conductor, mismo que deberá localizarse en un lugar visible del interior del vehículo y que a su vez te permitirá acreditar la personalidad del operador.



- No utilices taxis con cristales polarizados, placas borrosas o sin placas. De preferencia indica la ruta a seguir al taxista. No subas a un taxi si el chofer va acompañado.
- Si vas a tomar un taxi al salir de un banco o cajero automático nunca subas al primero que veas.
- Si al subir al transporte público está vacío o con poca gente, lo conveniente es sentarte cerca del conductor.
- Lleva el dinero necesario para pagar tu pasaje, evita exhibir cuanto llevas en tu cartera, lleva tu dinero en los bolsillos internos o delanteros de tu vestimenta. Al bajar observa a tu alrededor que nadie se aproxime en actitud sospechosa y evita paradas solitarias, con poca iluminación.
- Utiliza el instrumento de seguridad personal previsto para el tipo de vehículo (cinturón de seguridad en autos y taxis y el casco en motos y ciclomotores). Evite en la medida de lo posible viajar en vehículos que no los posean. Imagina que a 40 km/h estás caminando por la cornisa de un tercer piso. Si caes el impacto sería igual al del choque de tu vehículo.
- Utiliza paradas que estén bien iluminadas y transitadas.
- ¡Mantente alerta! No te distraigas ni te quedes dormido.
- Si alguien te molesta, no te sientas incómodo y grita bien fuerte «¡Déjeme en paz!» Si esto no surtiera efecto, utiliza la palanca de emergencia.
- Anuncia tu bajada con anticipación, de esta manera te podrás dar cuenta si alguien sospechoso intenta bajar junto contigo.
- Si te das cuenta de que te han estado observando e intentan bajarse en el mismo lugar, finge que te equivocaste y vuélvete a sentar. No bajes hasta llegar a un sitio concurrido.
- Al bajar, observa quien deja el transporte junto contigo. Si te sientes intranquilo, camina directamente hacia un lugar donde haya más gente.
- Si el transporte va muy lleno, aprende a mantener tu distancia, inclusive con los codos, si es necesario.
- Debes estar alerta. Si notas algo sospechoso, en la primera estación cámbiate de vagón o espera el siguiente tren.
- Si notas que te observan, evita que se den cuenta con anticipación que tú bajarás en la próxima estación.
- Elige los taxis que estén circulando y no los que se acercan o detienen buscando que sean abordados. Haz la parada sólo a los que estén bien identificados.
- Nunca abordes taxis que se encuentran estacionados afuera de los bancos o instituciones financieras. Si llamas o detienes un radio taxi no olvides verificar que en realidad traiga radio.
- De preferencia, pídelos por teléfono. Si tienes que abordar un taxi en la calle, confía en tu instinto a la hora de elegirlo. Considera la actitud del chofer, si muestra un aspecto desaliñado que denote que se encuentra cansado o que ha ingerido droga o alcohol, **NO TE SUBAS.**



- No entres al taxi si el chofer te parece sospechoso o si no trae a la vista su tarjetón con fotografía. Fíjate que la fotografía coincida con el rostro del chofer.
- Procura memorizar o anotar el número de placas y nombre del chofer. Trata de observar algún detalle sobresaliente como la marca y modelo del vehículo o cualquier cosa que pueda servirte en caso de una posterior investigación.
- Una vez dentro del taxi, cierra bien las puertas, sube los vidrios y pon los seguros, checa que no te ponga el seguro para niños.
- Si cuentas con servicio de telefonía celular, procura comunicarte con un familiar o con cualquier persona que espere tu llegada y proporciónale el número de las placas, características del vehículo y datos del chofer; así como el tiempo que estimes para llegar.
- Si conoces el recorrido por el que debes pasar y notas alguna pequeña desviación la cual traten de justificar con cualquier pretexto (manifestaciones, ruta más corta, etc.) te sugerimos bajar inmediatamente del taxi y buscar otro para llegar a tu destino.
- Trata de bajar por lo menos una cuadra antes de llegar a tu destino, siempre y cuando no esté oscuro o sea un lugar peligroso. Si el destino es tu casa, haz que el chofer pare donde no pueda precisar a donde entraste.
- No reveles datos personales o laborales cuando entables conversación con el conductor. Desconfía de las personas demasiado insistentes, amables o complacientes. Pueden estar entreteniéndote para sacarte información.
- No dudes de hacer parar el taxi y dar por finalizado el recorrido si te percatas que el conductor entabla una charla vía celular o a través de otro medio de comunicación y tú consideras que a través de ella pudiera estar indicando señales preestablecidas de tu recorrido y destino con la finalidad de cometer un delito.
- Si el chofer te hace plática no le cuentes nada de ti, sólo platica de temas triviales como el clima, el tráfico, etc.

## **EN RESTAURANTES, LOCALES NOCTURNOS Y SITIOS RECREATIVOS**

- No coloques la cartera, maletines o paquetes en la espalda de la silla. Pide que pongan una silla junto a ti donde puedas acomodar y vigilar tus pertenencias.
- Mantén los celulares, llaves u objetos pequeños junto a ti; si no corres el riesgo de dejarlos olvidados o perderlos.
- Si necesitas ir al baño no dejes carteras, celulares, computadoras portátiles, ni otras pertenencias en la mesa o al cuidado del personal de meseros o de desconocidos.

## **VÍCTIMA DE UN DELITO EN LA VÍA PÚBLICA**

- Mantén la calma y procura no demostrar miedo.
- Observa bien la fisonomía y características del o los agresores, esto te permitirá ser claro y más preciso al denunciar ante la policía.



- Si te encuentras en pleno proceso de un secuestro o asalto, no opongas resistencia, tampoco muestres una actitud insolente o provocativa, tu integridad física es lo que cuenta.
- Denuncia el delito a la policía. Trata de describir a tu atacante con precisión. Tú denuncia puede ayudar a prevenir que otras personas se conviertan en víctimas. Colabora en todo momento con las autoridades de seguridad

#### 4. SEGURIDAD ANTES, DURANTE Y DESPUES DE SALIR DE VACACIONES

Tan importante como las reservaciones de hotel, boletos de autobús o avión, dinero suficiente, etc., son algunas medidas simples de prevención que asegurarán que nuestras vacaciones serán para disfrutarse.

##### ANTES DE SALIR:

- No lo hagas notorio.
- Asegúrate que las puertas y las ventanas estén bien cerradas. Revisa que el boiler esté apagado.
- Avisa a familiares o vecinos de mayor confianza que estarás fuera. Si es posible, indícales quién tiene llaves de tu casa por si se requirieren, si es necesario pídeles que te guarden los objetos de valor y recojan tu correspondencia.
- Infórmales en qué sitios, hoteles, albergues, etc. estarás y proporciónales los teléfonos de dichos lugares para localizarte.
- Desconecta aparatos eléctricos que no se usarán (televisores, radios, DVD, etc.). Deja el refrigerador en el mínimo de frío para no desperdiciar energía. Cierra el paso del gas.
- Deja los papeles importantes bajo llave o de ser posible deja una copia de los mismos a tus familiares.
- Indica a alguien de confianza sobre la póliza de seguros y qué hacer en caso de algún accidente mayor (a quién avisar, testamento, etc.).
- Prepara un **botiquín de viaje** que contenga: Medicinas que toman frecuentemente y suficientes para más días de los que estarán fuera, prevé una saturación de vuelos de regreso.
- Si cuentas con seguro de gastos médicos, investiga si la póliza cubre el lugar en que estarás, en tal caso, debes llevar la credencial del seguro e identificación de los asegurados que viajarán.
- Procura subir las maletas al coche una noche antes o en la medida de lo posible que tu salida sea muy discreta.
- No cargues fuertes sumas de dinero durante la salida, se recomienda llevar cheques de viajero o tarjetas de crédito.



- Si requieres trasladarte al aeropuerto o central de autobuses en taxi, solicita un auto oficial de la central de autobuses, aeropuerto o de algún sitio de taxis. **NUNCA TE SUBAS A TAXIS EN LA CALLE CON MALETAS.**
- Identifica el equipaje colocado alguna señal especial o particular, que esté bien amarrada, por ejemplo un listón. Existen muchas maletas similares y el colocarles una señal puede ser muy útil y ahorrarnos tiempo.
- No guardes en las maletas dinero o documentos de identificación, éstos se deben llevar en tu bolsa de mano o contigo mismo.
- Consigue un mapa del lugar al que llegarás, e identifica: Teléfonos de emergencia, hospital cercano, policía, cajeros automáticos, centros de información turística, etc..
- Si el lugar al que llegas se habla un idioma ajeno al tuyo, asegúrate de saber cómo pedir ayuda.
- Lleva siempre contigo identificación personal, así como del seguro de gastos médicos.

Si te alojas en hoteles, sigue estas sencillas recomendaciones para mantenerte seguro y sin problemas:

- Al registrarte en el establecimiento, mantén a la vista tu equipaje.
- Distingue al empleado que transporta el equipaje a tu habitación, no permitas que lo hagan personas extrañas.
- Deposita objetos de valor y dinero que no vas a usar en la caja de seguridad del hotel.
- Durante tu estancia en la habitación permanece con la puerta cerrada.
- Si sales de tu cuarto, aunque sea por poco tiempo, cierra la puerta y verifica que esté correctamente cerrada.
- No proporciones detalles del hotel (nombre del mismo, número de su habitación, etc.) a desconocidos. No invites a personas extrañas a tu habitación.
- Si te ausentas, jamás dejes una nota a la vista diciendo cuando regresarás.
- Si personal de mantenimiento intenta realizar reparaciones (de electricidad, teléfonos, gas, agua, etc.) o servicios (limpieza de ventanas, etc.) y quiere ingresar en tu habitación para hacerlo, sin que tu lo hayas solicitado, no autorices su ingreso, llama a la recepción o gerencia del hotel y consúltalo por este personal.
- Nunca dejes la llave de tu habitación sobre el mostrador, cerciórate de que la recibe en mano el empleado del hotel.
- Informa inmediatamente al gerente o propietario del hotel si observas personas sospechosas.
- Nunca dejes un cigarrillo encendido en la habitación
- No te lleves la llave del hotel.
- Si tienes alguna enfermedad o requieres algún tratamiento infórmalo a la gerencia al ingresar al hotel.
- Si vas a pagar con tarjeta de crédito o cheque de viajero infórmalo a la gerencia.





- Si tienes una queja sobre la atención del personal o algún servicio, realízala por escrito a la gerencia.
- Antes de hacer una denuncia por el robo de alguna pertenencia, revisa cajones, piso, bajo la cama, ropa sucia o la basura y repasa mentalmente tus actividades del día, si acusas injustamente a alguien, provocarás una situación desagradable para ti y para aquél que has acusado.
- No te lleses objetos propiedad del hotel (ceniceros, toallas, etc.).
- Verifica el horario de las comidas y desayunos. No hagas escándalos, respeta a tus vecinos de cuarto o de piso.
- Asegúrate de cerrar correctamente tu vehículo en el estacionamiento y de no dejar objetos de valor en su interior.
- Infórmate si realizan cambio de divisas en el hotel o bien, el lugar en donde puedes realizar esta operación.
- Detecta la ubicación de los extintores de incendio. Lee los avisos para huéspedes y los letreros colocados en los pasillos para el caso de incendio.
- Verifica periódicamente el funcionamiento del sistema de comunicación de tu habitación.
- Verifica la existencia del sistema de alumbrado de emergencia. Verifica el sistema de iluminación en áreas con mayor exposición a robos (estacionamientos, áreas de servicios, piletas, etc.).
- Cuando llegues a la playa, deja tu vehículo en un lugar seguro como algún estacionamiento público, no dejes nada dentro que pueda llamar la atención de algún delincuente.
- Evita acudir a playas muy alejadas. Algunos buscando privacidad han sido víctimas de asaltos. En la playa mantente atento a tus pertenencias, no las dejes solas.
- Si vas con niños no los pierdas de vista. La actividad de menores debe ser supervisada por adultos. Evita las prácticas de deporte en áreas de concurrencia pública.
- Evita exponerte en exceso a los rayos solares. Las mejores horas para tomar sol son antes del medio día y después de las cuatro de la tarde.
- Mucha atención si vas a adquirir bebidas o comida ambulancia. Cuidado con la deshidratación, recomendamos llevar tu propio líquido. No ingieras licor si vas a ingresar al mar.
- Si has comido espera un tiempo prudente para meterte al mar, verifica tus condiciones físicas, trata de no darle la espalda al mar.
- Las zonas rocosas y los muelles son lugares peligrosos para nadar. Es preferible hacerlo en lugares vigilados por salvavidas. Nada siempre en paralelo a la orilla, evita introducirte mar adentro.
- Atención a las colchonetas y tablas ya que es muy fácil que sean arrastradas mar adentro.



## SEGURIDAD EN LAS FIESTAS DE FIN DE AÑO

- Realiza tus compras con anticipación, evita aglomeraciones y en lo posible hazlo antes de las 20:00 hrs.
- No lles niños cuando vayas de compras. Verifica tu compra antes de que sea empaquetada.
- Si vas en automóvil, no lles a la vista objetos de valor, guarda tus paquetes en la cajuela y recuerda viajar con las ventanas cerradas y los seguros puestos.
- Respeta las normas de tránsito, lleva puesto el cinturón de seguridad y si has ingerido bebidas alcohólicas **NO MANEJES**. Procura guardar tu vehículo en un estacionamiento público.
- Mantente alerta ante los regalos navideños que llegan a tu domicilio, así como el personal que los entrega.
- Mantente alerta en los semáforos y embotellamientos vehiculares, así como en las inmediaciones de bancos, mercados y centros comerciales. Evita contactar con vendedores ambulantes, limpiaparabrisas, indigentes, etc.
- Si vas en transporte público mantente atento a tus objetos personales, evita ir cerca de las puertas de subir y bajar.

## 5. MEDIDAS DE SEGURIDAD CON LOS NIÑOS

Los padres que trabajan -- que son la mayoría en las familias de hoy en día -- comparten la ansiedad, frustración y aún el temor proveniente de dejar a los niños solos cuando termina el horario escolar, cuando los arreglos con vecinos y parientes son imposibles o cuando, simplemente, no hay otras alternativas.

Si tu hijo se encuentra solo en casa, haciendo la tarea, viendo televisión, jugando nintendo o play station y escucha el timbre o en la computadora:

- Infórmale que **NO DEBE** abrir, ni colocarse detrás de la puerta.

Si suena el teléfono:

- Infórmale que debe decir que papá o mamá están en el baño o acomodando el carro en el estacionamiento. Lo mejor es que quien llama deje el recado, la finalidad es hacerle saber a quien llama que hay adultos que lo acompañan.
- Que no acepte dinero a extraños.
- Que corra si un carro que no conoce se para cerca de él o ella o le pide alguna información.
- Si ve que alguien lo está siguiendo, que deje su mochila o libros, y pida ayuda.
- Que en las calles solas o terrenos en construcción, se puede encontrar con algún delincuente, **que las evite**.

## CUIDADOS Y PRECAUCIONES QUE PUEDEN EVITAR EL EXTRAVÍO, RAPTO O INTENTO DE ABUSO SEXUAL EN LOS NIÑOS



Medidas que los **padres** deben tener en cuenta

- Evita dejar a tus hijos solos en salas de cine, parques, actuaciones musicales, salas de máquinas recreativas, ferias, lugares de comida rápida, etc.
- Procura no dejar nunca solos a tus hijos en el automóvil aunque sea por un corto espacio de tiempo.
- Es aconsejable que acompañes a tus hijos a los baños cuando estén en un lugar público.
- Si tus hijos se pierden en un establecimiento o plaza comercial, enséñales que lo primero que deben hacer es acudir a un policía, la cajera o algún vendedor, explícales que en ningún caso deben salir del lugar con un desconocido.
- Es aconsejable que tus hijos no vayan solos a devolver el carro de la compra en una gran superficie, si ello supone perderlos de vista.
- Enséñales que no deben subirse nunca al coche de un desconocido, ni aceptarle dinero, golosinas, etc.
- Alerta a tus hijos sobre cualquier desconocido que les solicite ayuda o información. Si un adulto necesita ayuda debe pedírsela a otro adulto.
- Es necesario saber siempre dónde están tus hijos y con quién.
- Ten la precaución de contar con el número de teléfono de los padres de los amigos de tus hijos y el celular de éstos si es que tienen.
- Acompaña a tus hijos las primeras veces que hagan un nuevo recorrido (escuela/casa, casa familiares/casa, compras/casa, etc.), y muéstrales puntos de referencia como ayuda a cualquier problema que les pueda surgir.
- Informa al centro escolar sobre las personas que pueden recoger a tu hijo (abuelos, niñera, otros familiares, padres de otros alumnos, etc.), y haz saber también a tus hijos las diferentes personas que los pueden ir a recoger.
- Si realiza la ruta escolar en autobús, déjales muy claro lo que deben hacer si algún día ustedes no están para recogerlos cuando lleguen a la parada de tu domicilio.
- Consulta con el colegio de tus hijos qué medidas de precaución toman si un niño no acude a la escuela.
- Enséñales su nombre y apellidos, y a medida que vayan creciendo, dónde viven, el número de teléfono de tu casa y el nombre de los padres.
- Nunca dejes a tus hijos encerrados en casa y enséñales qué deben hacer ante un incendio, inundación etc., por ejemplo llamar a los números de emergencia 066 o el número correspondiente a tu localidad, centros médicos o familiares.
- Deja junto al teléfono o en un lugar de fácil acceso, un listado con los números de la policía, bomberos, centros médicos o familiares a los que pueden llamar tus hijos en caso de necesitar ayuda.



- Diles a tus hijos que si atienden por teléfono a algún desconocido, no le digan nunca que están solos y que no proporcionen ninguna información, ni permitan que se alargue la conversación.
- Explica a tus hijos que nadie puede tocarles su cuerpo de ninguna manera que les haga sentir incómodos. Y si alguien lo hace, deben decírselo a sus padres o alguna persona de confianza inmediatamente.
- Si tienen computadora en casa que jamás chateen con extraños aunque aparentemente sea de la misma edad.

### **VERIFIQUE QUE TIENEN LA CAPACIDAD PARA CUIDAR DE SÍ MISMOS**

- Cumplir estrictamente la orden de ir directamente a la casa luego de salir de la escuela y llamarte al llegar a casa.
- Usar fácilmente el teléfono, los aparatos de la cocina y abrir cerraduras.
- Cumplir reglas y seguir bien las instrucciones.
- Enfrentar situaciones inesperadas sin caer en el pánico.
- Quedarse solos sin tener miedo.

### **¿QUÉ PUEDE HACER USTED?**

- Conversa estos asuntos con ellos y escucha atentamente sus preocupaciones e ideas.
- Lleguen a un acuerdo sobre reglas a seguir al invitar a sus amigos, cumplir con las tareas de la casa, hacer los deberes y ver televisión.
- Recuerda que quedarse solo en casa puede fortalecer la autoestima, el sentido de responsabilidad e independencia y las habilidades prácticas de tu niño.
- Enséñales las reglas básicas de seguridad.
- Ten conocimiento de dónde están tus niños, qué están haciendo y con quién.

### **UNA PALABRA SOBRE LA CURIOSIDAD...**

¿Existen cosas que no deseas que tus hijos toquen?

- Dedicar tiempo a hablarles sobre las consecuencias mortales de jugar con armas de fuego, herramientas eléctricas, o ingerir medicinas, bebidas alcohólicas y productos de limpieza. Asegúrate de mantener estos artículos en un lugar fuera de la vista de los niños y bajo llave o candado.
- Enséñales cómo llamar al número para emergencias de su localidad.
- Cómo dar las direcciones para llegar a tu casa en caso de producirse una emergencia, o en caso de temblor el lugar más seguro para protegerse, cómo escapar en caso de incendio.
- Cómo utilizar las cerraduras de puertas y ventanas y el sistema de alarma si hubiera alguno.



- Que no deben dejar entrar a nadie en la casa sin antes pedirte permiso.
- Que no deben decir a nadie que llame o venga de visita cuando están solos (dirán «Mi mamá no puede atenderlo ahora»).
- Enséñale a llevar la llave de la casa en un lugar seguro (en el bolsillo de la camisa o en un calcetín) y a no dejarla bajo un tapete o en una ranura.
- Enséñales a no entrar en la casa si las cosas no parecieran estar en orden. (Si ven una ventana que ha sido forzada, una lámpara rota o una puerta abierta).
- Enséñales a comunicarte cualquier cosa que los asuste o les haga sentir incómodos.
- Acostúmbrales a la comunicación telefónica de rutina. Que ellos llamen a tu casa o trabajo, o tu llámalos para saber como están.
- Enséñales que nunca deben dar información telefónica con asuntos relacionados con la familia o la dirección de la casa a personas que no conocen.
- Si tienes contestador automático, conéctalo y sube el volumen para que los chicos puedan escuchar quien habla y responder sólo si eres tu o alguien que autorices para ser atendido.
- Habla con anticipación el tema de los invitados, si tienen menos de trece años, es preferible que no inviten amigos mientras mamá o papá no están en casa.
- Enseña a tus niños a no salir, ni acompañar a nadie, a menos que tu lo hayas autorizado.
- Acostúmbrales a cerrar la puerta de la calle con llave.
- Ayúdalos a no tener miedo, luces encendidas o el televisor funcionando pueden ayudarlos a sentirse acompañados y más tranquilos.
- Realiza con ellos un simulacro de emergencia, ensayen varias situaciones de "¿qué harías sí...?" y enseña a tus hijos reglas básicas para actuar e caso necesario.
- Debe quedarles claro que no pueden abrir la puerta a nadie sin tu autorización, aunque se trate de un conocido; deben mantenerse firmes en esta postura por más promesas o historias que les hagan para convencerlos, por ejemplo, "mamá no puede atenderlo ahora, por favor regrese más tarde" es una buena respuesta.
- Trata que no se haga una rutina dejar a los niños solos, lo ideal es que siempre tengan con quien estar en tu ausencia, más allá de tus enseñanzas la conciencia del peligro en los niños es diferente que en los adultos.
- Cuidado con los falsos encargos o regalos, adviérteles que los delincuentes inventan estas historias siempre.

## 6. MEDIDAS DE SEGURIDAD JUVENIL

**PROTEGIDO CONTRA SUSTANCIAS PSICOACTIVAS (Alcohol, cigarro, marihuana, anfetaminas, ente otros).**

### **Razones para NO UTILIZARLAS**

- Porque **te quitará:** libertad, amor propio, dignidad, disfrutar con lucidez de las cosas esenciales, alegría, dinero, confianza y al final **TU VIDA.**



- Te adormecerá por dentro hasta convertirte en alguien insensible.
- Te impedirá convertir en realidad tus planes y sueños.
- Te destruirá a ti y a tu familia.

## **ES DIFÍCIL CONTROLAR EL CONSUMO, CORRES EL RIESGO DE VOLVERTE ADICTO**

### **Efectos de las drogas:**

**Alucinógenas:** Distorsionan tu realidad, te vuelven irritable y agresivo.

**Estimulantes:** Trastornan tu sensibilidad, presentarás delirios, depresión e insomnio.

**Inhalantes:** Estarás eufórico, manifestando falta de coordinación, ansiedad y orientación.

**Depresoras:** Te sentirás adormilado, confundido mentalmente, embotado.

### **QUE ALTERNATIVAS TIENES PARA EVITAR LAS DROGAS**

- Practica algún deporte o actividad recreativa como, artes marciales, natación, fútbol, baile, música, pintura, muralismo, entre otras.
- Platica con tus padres, hermanos, maestros o alguna persona de tu confianza.
- Integrarte a un grupo que participe en la comunidad con actividades de prevención y mejoramiento local.

### **MEDIDAS QUE DEBEN TENER EN CUENTA LOS PADRES CON ADOLESCENTES**

- Explícale los riesgos que existen si sube al coche de un desconocido, aunque vaya con algún amigo.
- Ten el número de teléfono de los padres de los amigos de tu hijo y el celular de éstos si es que tienen.
- Acostumbra a tu hijo a que te diga siempre a dónde va y con quién. Explícale que es más divertido y seguro ir acompañado de algún amigo. Dile a tu hijo que si no te quiere decir a dónde va o con quién en determinadas ocasiones mantenga prendido su celular para cualquier emergencia.
- En caso de que un miembro de la familia deba ausentarse por un tiempo indefinido sin estar previsto, es recomendable que deje un mensaje indicando dónde está, o un número telefónico para localizarlo.
- Establece con tu hijo a qué tipo de lugares tiene permitido asistir y a cuáles no, así como el motivo de ello.
- Acostumbra a tu hijo a ponerse en contacto contigo si va a llegar más tarde de lo establecido. Enséñale que debe llegar con puntualidad a los sitios y, sobre todo, a regresar a su domicilio a la hora que acordaron.



- Advértele a tu hijo de que si utiliza el transporte público en determinadas situaciones (por la noche, en recorridos poco transitados, colonias o calles que no son seguras, etc.), es mejor que lo haga acompañado de otros amigos.

## 7. EL DELITO OCULTO: LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

**Las víctimas de la violencia doméstica provienen de todos los sectores de la población, de todas las culturas, de grupos de bajos o altos ingresos, de todas las edades, de cualquier religión.**

Se experimentan sentimientos de impotencia, aislamiento, culpa, temor y vergüenza. Todos esperan que no suceda nuevamente, pero a menudo se repite.

- ¿La persona que amas te persigue todo el tiempo?
- ¿Te acusa constantemente de serle infiel?
- ¿Se opone a que tengas convivencia con tu familia y amistades?
- ¿Te prohíbe trabajar o asistir a la escuela?
- ¿Te critica por cosas sin importancia?
- ¿Se pone agresivo fácilmente luego de beber o consumir drogas?
- ¿Controla todas tus finanzas y te obliga a darle un detalle minucioso de lo que gastas?
- ¿Te humilla delante de otras personas?
- ¿Destruye tus objetos de valor sentimental?
- ¿Te golpea, abofetea, pateo o muerde a ti y/o a tus hijos?
- ¿Utiliza o amenaza con usar un arma contra ti?
- ¿Amenaza con hacerte daño a ti o a tus hijos?
- ¿Te obliga a tener relaciones sexuales en contra de tu voluntad?

### **SI TU RESPUESTA A ALGUNA DE LAS PREGUNTAS ANTERIORES ES «SÍ» ES HORA DE PEDIR AYUDA.**

- No ignores el problema y habla con alguien. Parte del poder de quien te maltrata viene de estar protegido por el secreto. A menudo las víctimas sienten vergüenza y no desean que nadie se entere de sus problemas íntimos familiares. Dirígete a un amigo o a un vecino, o llama a los teléfonos de emergencia 066 o al DIF de tu localidad para solicitar ayuda.
- Planifica por adelantado lo que harás si eres atacada nuevamente. Si decides irte, escoge el lugar a donde irás; guarda dinero. Mantén en un lugar seguro papeles importantes como, acta de matrimonio, acta de nacimiento, etc. en un lugar donde puedas encontrarlos rápidamente.

### **¿QUE PUEDES HACER EN CASO DE SER AGREDIDA?**

No existe una solución fácil, pero hay cosas que puedes hacer para protegerte:



- Llama a la policía, la agresión, aún por miembros de la familia, es un delito. La policía debe darte información sobre albergues y agencias que ayudan a las víctimas que sufren violencia familiar.
- Vete de la casa o procura que alguien venga y se quede contigo. Si crees que tu y tus hijos corren peligro, váyanse inmediatamente.
- Consulta con tu médico o ve a la sala de emergencia de un hospital. Solicita al personal que tome fotografías de tus heridas y mantén un registro detallado por si acaso decides tomar acción legal.

### **PARA EL AGRESOR**

- Acepta el hecho que tu comportamiento violento destruirá a tu familia. Debes estar consciente de que cuando atacas físicamente a otra persona, estás violando la ley.
- Asume la responsabilidad por tus acciones y solicita ayuda.
- Cuando sientas que aumenta la tensión, salte de tu casa. Utiliza la energía proveniente de tu ira para caminar, trabajar en un proyecto o practicar algún deporte.
- Llama a una línea de ayuda para casos de violencia familiar, al DIF o a un centro de salud y averigua sobre los servicios de asesoramiento y grupos de apoyo para las personas que maltratan a sus familiares.

### **COSTO SOCIAL**

- Los hombres y las mujeres que siguen el ejemplo de sus padres y usan la violencia para resolver los problemas, les están enseñando el mismo comportamiento destructivo a sus hijos.
- Pérdida del empleo y carrera profesional.
- Puedes quedar incapacitado debido a lesiones, arrestos u ofensas.
- A causa de la violencia doméstica se pierden muchas vidas que podrían salvarse.
- Días perdidos por las víctimas que faltan a trabajar por los golpes recibidos.

## **8. PELIGROS EN INTERNET**

### **MEDIDAS PARA PROTEGER A TUS HIJOS**

Hoy la Internet y la Web nos ofrecen un mundo inimaginable de formas de ampliar nuestros conocimientos, existen infinidad de temas y juegos.

Pero cuidado: También existe información peligrosa. Los niños y adolescentes según las últimas encuestas son el porcentaje más alto de usuarios en la Internet, ya que ellos son los que mejor se adaptan a las nuevas tecnologías.

Por ello la mejor medida preventiva es que los padres, tutores o maestros les expliquen los riesgos a los que están expuestos. Los niños y adolescentes que pasan largas horas en línea





podrían acceder a contenidos inapropiados, o encontrarse con los depredadores sexuales que buscan una inocente víctima.

### **CONSIDERA QUE:**

- No todo lo que se ve por Internet o la Web, es real. De hecho hay servicios y propuestas falsas y peligrosas.
- El estar conectados a la red por largas horas todos los días podría generarnos comportamientos antisociales y de aislamiento.
- Recuerda que una vez que colocas la información en línea no la puedes retirar tan fácilmente.
- Antes de asociarte a un sitio de redes sociales, analiza detenidamente las diferentes opciones que te ofrecen.
- Coquetear o seducir en línea con extraños puede tener graves consecuencias.
- Piensa bien antes de colocar tu fotografía en el sitio Web ya que podría ser alterada y difundida y ello te podría causar problemas.
- Hay que ser muy cuidadosos si un nuevo amigo que has conocido por la red desea conocerte personalmente, si lo haces ve acompañado de un adulto, que la reunión sea de día y en un lugar público.
- Si cuando estás en línea te sientes amenazado o incomodo por alguna persona o por algo que ves en la red, de inmediato comunícalo a un adulto de tu confianza.
- Cuidado, existen los "cyberbullying", que es la "ciber-intimidación" realizada por compañeros o conocidos del entorno escolar o social que amenazan o extorsionan por mail.

### **LOS PADRES DEBEN TOMAR EN CUENTA LO SIGUIENTE:**

- Infórmate de lo que hacen tus hijos por Internet, pregúntales qué sitios son los que más frecuenta en línea y con quienes conversa.
- Investiga si tienen un blog, sitio Web o correo electrónico.
- Bloquea los sitios inapropiados, hoy existen una gama de bloqueadores y filtros, que permite realizar un seguimiento y rastreo.
- Te recomendamos controlar las cuentas de tus hijos.
- Haz de Internet una actividad familiar y controlada.
- Hay que conocer los ciber-cafés o cabinas públicas donde acuden tus hijos, para verificar las condiciones y las limitantes de las mismas.
- Nunca proporciones a tus hijos adolescente el número de tu tarjeta de crédito
- Si tu hijo recibe pornografía infantil ponte en contacto de inmediato con la policía, ellos cuentan con personal especializado para estos casos.



## LA PC EN MIRA DE LOS EXTORSIONADORES

### LOS PIRATAS BLOQUEAN LA COMPUTADORA Y LUEGO PIDEN DINERO PARA LIBERARLA

- Una nueva modalidad de extorsión en Internet fue descubierta recientemente, bautizada “ransom-ware” (rescate de software) consiste en la intervención a una computadora personal, seguido del bloqueo de archivos sensibles para el sistema o documentos importantes, que luego son liberados si el usuario paga un “rescate” al hacker.
- El primer caso conocido de “ransom-ware” relató que un pirata irrumpió en su sistema y luego de bloquearle información le exigió 200 dólares, para darle un programa descriptador para poder desbloquear la computadora. El usuario debió depositar el dinero en una cuenta bancaria en Internet.
- Según la agencia de noticias AP, el FBI ya tomó cartas en el asunto aunque indicó que éste tipo de extorsión es nuevo y no es muy conocido.
- El sitio de seguridad websensecuritylabs.com explica que la forma en que se produce la intervención a la computadora personal ocurre cuando el usuario visita una página Web con código malicioso que aprovecha una vulnerabilidad del Internet Explorer para bajar un virus.
- El virus se encarga de bloquear los archivos (pueden ser fotos, documentos presentaciones, etc.) y deja un mensaje a la víctima con los pasos a seguir para el desbloqueo adjuntando la dirección electrónica e-gold.com donde debe depositar el dinero para que se le entregue la herramienta que le permitirá recuperar los datos.
- Las ciber-extorsiones no son algo nuevo en Internet. El robo de cuentas de e-mail para luego pedir una suma de dinero para devolverlas, o el registro de páginas Web de marcas conocidas, para más tarde exigirle al dueño de la firma una suma importante para poder hacer uso de la misma, es una modalidad que se remonta al inicio de la Web.
- Como consejo, los expertos en seguridad recomiendan mantener el programa antivirus actualizado y no navegar páginas sospechosas o que llegan por e-mail con remitente desconocido.

## 9. MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EVITAR LOS SECUESTROS, EXPRESS Y VIRTUAL

La finalidad de la delincuencia común, específicamente aquella que se especializa en delitos violentos contra personas, está en relación directa con la exposición de la víctima al **SECUESTRO EXPRESS**

Este tipo de secuestro está dirigido a cualquier ciudadano de clase media o alta, con el propósito de conseguir dinero rápido y dejando en el anonimato a las miles de víctimas que diariamente sufren este delito.



Usualmente un secuestro tradicional es bien planificado: Hay una estrategia de los delincuentes, labor de inteligencia, organización, logística, etc. El Secuestro Express no es así: 2 ó 3 individuos se ponen de acuerdo para salir a la calle a buscar a su víctima, simplemente se dicen: "Bueno, nosotros hoy vamos a salir a secuestrar a alguien para conseguir dinero". Luego, estudian donde van a ir, buscan a sus víctimas en las gasolineras, estacionamientos de centros comerciales o personas saliendo de un local, oficina o vivienda.

En los casos de Secuestro Express regularmente a los delincuentes no les interesa hacer daño, no quieren mayores complicaciones, sólo buscan obtener dinero en efectivo de una manera rápida y segura para ellos.

Un factor importante es que la sociedad va cambiando de reglas constantemente. Ahora la gente lo que lleva encima es dinero plástico (tarjetas de débito y crédito); por lo cual conducen a la víctima y retiran el dinero en cajeros automáticos o consumen en diversas tiendas pagando con la(s) tarjeta(s) y de paso se llevan el carro.

Sin embargo el secuestrador exprés puede alargar el secuestro hasta que termine de extraer el dinero de las tarjetas de crédito

### ¿Qué podemos hacer para evitar ser víctima de un secuestro Express?

- Se deben conocer las **condiciones que tiene a su favor el delincuente** para cometer un ilícito violento contra la víctima, con la finalidad de tratar de contrarrestarlas, estas son:

**1. LA SORPRESA** es el principal factor que se da para que se produzca un acto delictivo. Para contrarrestarlo debemos estar alertas, en el tiempo que estamos expuestos (a pie o en vehículo).

**2. EL CONOCIMIENTO DE LA VÍCTIMA Y/O DEL TERRENO;** es la segunda condición; en el caso de los secuestros al paso o Express, los delincuentes muchas veces no conocen a su víctima, pero sí conocen el terreno y las actividades que ésta realiza, para contrarrestar esta condición es necesario conocer nuestras debilidades con relación a nuestras actividades diarias y que se convierten en rutinas.

**3. EL DELINCUENTE CASI SIEMPRE ES MÁS RÁPIDO QUE LA VÍCTIMA,** para contrarrestar esta condición las personas cuando están expuestas, deben de dejar de pensar en otra cosa y estar alerta física y mentalmente, preparados para reaccionar en forma rápida frente a un riesgo evidente.



Como regla de prevención se sugiere: **“ESTAR ALERTA Y OBSERVAR TU ENTORNO”**, si las personas aprenden a observar y a detectar el riesgo o peligro inmediato y podrán salvarse de un delito inminente.

## **ACCIONES PREVENTIVAS Y CONTINGENTES EN CONTRA DE DELITO DE SECUESTRO**

**4. DOMINIO ABSOLUTO DE LA SITUACIÓN**, el delincuente ya tiene todo controlado y es mejor no poner resistencia porque pueden resultar heridos o muertos. Lo recomendable es aprender a tener dominio de sí mismo mediante el autocontrol y evitar que el delincuente vaya a cometer un delito adicional al que tuvo la intención de hacer.

### **ACCIONES PREVENTIVAS:**

Crear una cultura de seguridad y autoprotección, entre los miembros de la familia, la cual considere los siguientes puntos:

- Evite en lo posible llamar la atención de la delincuencia reflejando una apariencia ostentosa (dinero, vehículos de lujo, joyas, vestimenta, etc.), ya que esto puede generar el interés de secuestradores en asecho.
- Evitar horarios y lugares inapropiados, así como trasladarse solos en vehículos (sobre todo mujeres y jóvenes).
- No divulgar o presumir información económica familiar. Resguardar la correspondencia recibida vía correo tradicional.
- Actualización permanente de la información de los empleados
- Ante cualquier indicio de vigilancia, seguimiento o presencia de personas y vehículos ajenos a su entorno, tomar nota y dar aviso a la autoridad más cercana.
- Evitar rutinas para el traslado a la casa, escuela oficina, etc.
- Evitar permanecer dentro de vehículos en el exterior del domicilio, sobre todo los jóvenes.
- Considerando que en la mayoría de los secuestros las casas de seguridad son rentadas, se sugiere a los propietarios de inmuebles revisarlos permanentemente y ante cualquier irregularidad, avisar a la autoridad.
- Se inteligente y ten paciencia.
- Un punto muy importante, es el trato con ellos. No se puede ser complaciente, pero tampoco absolutamente negativo.
- Se va a plantear una negociación y en estas cosas, hay una palabra que no se puede utilizar y que le enseñamos a los negociadores: Nunca se debe decir "no".
- Ante las peticiones de los delincuentes, hay que tener respuestas claras, por ejemplo, decirles: "Miren, ustedes quieren dinero, perfecto, pero vamos a ponernos de acuerdo". Hay que tratar de manejar la situación.
- Nunca mientas a los delincuentes, porque si te descubren puedes empeorar la situación.



- Nunca cambies un lugar abierto por un lugar cerrado. Si están en un lugar abierto, como puede ser un auto en la calle, trata de manejar las cosas para quedarte en ese sitio abierto, que no te lleven a un lugar cerrado.
- En la calle la víctima tiene más posibilidad de que la gente se de cuenta de que está en problemas. Se nota más el nerviosismo del delincuente que sabe que tiene el tiempo contado. Pero si están en un lugar cerrado, el tiempo está a favor del delincuente.
- Antes de subir a un taxi, observa que sea auténtico, que las placas correspondan y que el chofer vaya solo y su identificación esté a la vista. Si notas algo raro **NO TE SUBAS**.
- En caso de ser víctima, sigue todas las exigencias al pie de la letra sin dejarte intimidar.
- Trate de memorizar lo que escucha, nombres, apodos y/o ruidos característicos de los lugares por donde te llevan.
- En caso de disparos, tírate al suelo y cúbrete la cabeza.
- 

#### **ACCIONES CONTINGENTES:**

Estar conscientes de que pese a las medidas preventivas, siempre existirá una probabilidad residual que determinada amenaza ocurra; es por ello que se debe platicar en familia y diseñar un plan contingente; para lo cual se recomienda:

#### **PARA LAS VÍCTIMAS PRIVADAS DE LA LIBERTAD:**

- Evitar una confrontación directa con los secuestradores
- Omitir información privilegiada respecto a la economía familiar y personal, asumiendo aquella que conozcan los plagiarios.
- Proporcionar a los captores números telefónicos de una persona previamente designada para tal efecto.
- Mantener muy alta la autoestima, ser pacientes y tomar una actitud colaboradora con los plagiarios.
- En la medida de lo posible y sin poner en riesgo su integridad, memorizar datos acerca del clima, ruidos, olores y otras posibles referencias del sitio de cautiverio.

#### **PARA LOS FAMILIARES DE LAS VÍCTIMAS:**

- Informar del hecho a la autoridad competente.
- Junto con la autoridad definir la estrategia para el manejo de crisis y la negociación.
- Evitar la fuga de información respecto de los hechos.



## DESPUÉS DEL SECUESTRO EXPRESS

La situación ante un acto delictivo, por ejemplo después de un asalto, es muy estresante, no es posible asimilarla de inmediato, seguramente se reproducirá inconscientemente, traduciéndose en síntomas tales como angustia, irritabilidad, malhumor, insomnio.

Este camino podría conducir a un síndrome depresivo, añadiéndose a lo anterior decaimiento, tristeza, falta de apetito, ideas obsesivas de tipo catastrófico y hasta paranoicas.

La solución implica dos aspectos:

**INMEDIATO:** Abordar la situación estresante del pasado que continúa reviviéndose en el presente, con el objeto de que la persona active mecanismos psicológicos que le permitan cerrar dicha situación y quede realmente sólo como un recuerdo del pasado.

**MEDIATO:** Explorar y transformar los mapas existentes que determinan la debilidad e invalidez del individuo frente a los hechos violentos del medio ambiente. Obviamente, estas soluciones se refieren a incidencias de tipo psicoterapéutico.

## 10. ¿QUÉ HACER SI TE TOMAN COMO REHÉN?

### PAUTAS A CONSIDERAR

Los casos de delitos con toma de rehenes han aumentado en forma alarmante, incluso en países en los que este delito era prácticamente desconocido.

Por ello están surgiendo cursos especiales de "Como aprender a ser rehén", y el gran problema es que si bien pueden estar más expuestas las personas con alto poder adquisitivo o con un alto grado de exposición social, esta situación le puede pasar a cualquiera.

### ¿POR QUÉ SE TOMAN REHENES?

La toma de rehenes puede deberse a varias circunstancias.

Un grupo político puede tomar rehenes para intentar conseguir sus objetivos, o un grupo de ladrones puede tomar como rehenes a los clientes en una sucursal bancaria, cuando el asalto fracasó y se ven rodeados por fuerzas policiales... sea como sea, esto no cambia la esencia del problema.



## ETAPAS DE LA CRISIS

De un modo u otro, las crisis de rehenes tienen tres fases o momentos:

**LA TOMA:** Es un momento muy peligroso para la víctima. El delincuente está dominado por un muy alto grado de ansiedad.

**EL CAUTIVERIO:** Es la etapa menos peligrosa para la víctima

**EL RESCATE:** Es un momento crítico, por las actitudes que pueden asumir captores y rehenes ante la irrupción de los grupos policiales o la entrega del o los delincuentes.

## CONSEJOS PRÁCTICOS EN CASO DE SER VÍCTIMA

1. **Mantén la calma.** La pérdida de control por el rehén genera violencia en el captor, que puede golpear al rehén o incluso asesinarlo.

2. **No contradigas al delincuente.** Obedecer sus indicaciones y no estimular su ansiedad.

3. **No establezcas vínculos con el captor.** No dialogar con él (puede ser muy joven, ser una mujer, etcétera.); no entablar trato personal, familiarizarse ni establecer ninguna clase de vínculos. Recuerda que el captor está dispuesto a matar, y la vida del rehén está en serio peligro en todo momento. No se trata de "personas maltratadas por la vida, pero buenos en el fondo". Pueden ser asesinos... Y quizás ya lo son.

4. **No intervengas en la negociación.** No intentar negociar por tu cuenta, ni intervenir en la negociación. Los negociadores de la policía o el gobierno son profesionales y están preparados para estas situaciones. **Confía en la policía.**

5. **Durante la entrega, o la irrupción de los grupos tácticos policiales: Mantén las manos en alto, sin sostener nada en ellas, con las palmas hacia delante y los dedos bien abiertos y separados.** Si ingresan grupos especiales a rescatar a los rehenes, demostrar claramente que no eres una amenaza y no tienes armas o elementos contundentes en la mano.

Es importante que el rehén comprenda que no debe negociar por sí mismo, y debe evitar toda familiaridad con sus captores. **EL REHÉN ESTÁ EN SERIO PELIGRO EN TODO MOMENTO.** Para superar con éxito una situación tan difícil, hay que confiar en el trabajo de los profesionales debidamente adiestrados.



## 11. EXTORSIÓN TELEFÓNICA

Si recibes una llamada telefónica en la que te informen que algún familiar o amigo tuyo:

- Está detenido en la aduana del aeropuerto.
- Será remitido al Ministerio Público.
- Necesita pagar gastos médicos.
- Tuvo un accidente.

y te exigen algún tipo de pago

### **¡CUIDADO! Probablemente seas víctima de una extorsión telefónica**

- Lo mismo puede ocurrir si alguien se hace pasar por algún familiar o amigo tuyo y te pide dinero.
- La mecánica de estos sujetos es pedirte que deposites el dinero en algún servicio de envío express, a cuentas bancarias, o tarjetas de prepago de teléfonos celulares.

## **ACCIONES PREVENTIVAS Y CONTINGENTES EN CONTRA LA EXTORSIÓN O FRAUDE TELEFÓNICO**

### **ACCIONES PREVENTIVAS:**

- Platicar con la familia y personas de nuestro entorno sobre la mecánica y modos de operación de extorsionadores, así como de las medidas preventivas y contingentes correspondientes.
- Sugerir a familiares y empleados que no proporcionen información vía telefónica a personas desconocidas o no identificadas plenamente (encuestas, sorteos, supuestos familiares o amistades, clientes, proveedores, etc.).
- Activar identificador de llamadas.
- Mantenerse informados acerca de las actividades e itinerarios de los integrantes de la familia, así como de los medios para comunicarse de manera inmediata, para evitar que los extorsionadores aprovechen la ausencia o falta de comunicación.





## ¿Qué hacer si recibes una llamada de extorsión telefónica?

### ACCIONES CONTINGENTES:

#### (En caso de recibir una llamada de extorsión o fraude):

- Mantener la calma y valorar con objetividad la situación planteada.
- No ceder a las exigencias económicas o demandas del extorsionador o defraudador.
- Colgar y verificar que la situación planteada sea real ó no.
- En caso de que la exigencia económica sea para liberar a algún familiar supuestamente secuestrado, para evitar que un familiar sea remitido al Ministerio Público o para sufragar gastos por daños a terceros, localizar al citado familiar para verificar que se encuentra bien.
- Si no lograste establecer comunicación con tu familiar y recibes una nueva llamada del extorsionador, escucha con atención las demandas del agresor y gana tiempo para constatar la situación.
- Tomar datos de la persona que efectúa la amenaza o solicitud de dinero, así como el número telefónico del cual le están llamando, fecha, hora y la forma de pago de la exigencia (depósito en negocios dedicados al envío de dinero o en cuentas bancarias, así como proporcionar códigos de tarjetas de prepago de teléfonos celulares).
- Dar aviso inmediato a la autoridad más próxima, ya sea vía telefónica o en forma directa.
- Ten a la mano un directorio telefónico con los datos de toda tu familia y de tus vecinos.
- Comenta a toda la familia sobre la mecánica de la extorsión telefónica y las medidas preventivas.
- En caso de que la exigencia económica sea para evitar que un supuesto familiar que viene del extranjero esta detenido en algún aeropuerto, o aduana o remitido al Ministerio Público, verifica dicha información.

### DENUNCIA

Para denunciar extorsiones telefónicas se ponen a tu disposición los teléfonos de emergencia en las Entidades Federativas y a nivel Federal:

- Para tal efecto se pone a su disposición los teléfonos de emergencia, para el interior de la República 01800 840 3690,

#### 066 EMERGENCIAS

#### 089 DENUNCIA ANÓNIMA

**01 800 440 3690, 01 800 00 85400 Y 5484 0490 CENTRO NACIONAL DE ATENCIÓN CIUDADANA**

**018008DENUNCIA y 01800900AFI ó el 53462515 para el Distrito Federal.**

#### VIA INTERNET

[denunciaanonima@cpcpgr.org.mx](mailto:denunciaanonima@cpcpgr.org.mx)

[denuncia@ssp.gob.mx](mailto:denuncia@ssp.gob.mx)

[denunciaspgr@pgr.gob.mx](mailto:denunciaspgr@pgr.gob.mx)



## NO APAGUES TU CELULAR!

Una nueva modalidad de "**secuestro virtual**"

- Ya es muy conocida la extorsión telefónica según la cual alguien llama diciendo que tienen secuestrado a un familiar y para regresarlo a casa hay que pagar una suma en efectivo.
- Esto acaba de ser remodelado y actualizado, ya que la prensa ha divulgado cómo reaccionar ante ello.
- Ahora los delincuentes están llamando a los celulares anunciando que fue detectado un clon del aparato:

Dicen así:

- Hola, somos de (Telcel, Iusacell, Movistar, Personal...) **lamentablemente le informamos que su celular fue clonado. Por eso le suplicamos apagar su celular por una hora.**
- Los que reciben esta llamada apagan su celular creyendo en el excelente servicio de la empresa que brinda servicios telefónicos.
- En la siguiente hora los bandidos se dedican a extorsionar a la familia de la persona llamada. Telefonan a la casa y practican la extorsión de secuestro.
- Quien recibe la llamada en la casa inmediatamente corre a llamar al celular de la persona supuestamente secuestrada y escucha el mensaje: "Lo sentimos, el número que Usted. llamó se encuentra apagado o fuera del área de servicio, llame mas tarde, por favor. "

**De ahí en adelante toda la familia entra en pánico.**

Por ello, tengamos esto en cuenta ante la incesante ola de inseguridad, y alertemos a nuestra familia y conocidos.



## **12. TUS DERECHOS AL DENUNCIAR LOS HECHOS ANTE CUALQUIER AGENCIA DEL MINISTERIO PÚBLICO**

### **SEGÚN CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS DERECHOS DE LA VÍCTIMA O DEL OFENDIDO**

- Recibir asesoría jurídica; ser informado de los derechos que en su favor establece la Constitución y, cuando lo solicite, ser informado del desarrollo del procedimiento penal;
- Coadyuvar con el Ministerio Público; a que se le reciban todos los datos o elementos de prueba con los que cuente, tanto en la investigación como en el proceso, a que se desahoguen las diligencias correspondientes, y a intervenir en el juicio e interponer los recursos en los términos que prevea la ley.
- Recibir, desde la comisión del delito, atención médica y psicológica de urgencia;
- Cuando el Ministerio Público considere que no es necesario el desahogo de la diligencia, deberá fundar y motivar su negativa;
- Que se le repare el daño. En los casos en que sea procedente, el Ministerio Público estará obligado a solicitar la reparación del daño, sin menoscabo de que la víctima u ofendido lo pueda solicitar directamente, y el juzgador no podrá absolver al sentenciado de dicha reparación si ha emitido una sentencia condenatoria.
- La ley fijará procedimientos ágiles para ejecutar las sentencias en materia de reparación del daño;
- Al resguardo de su identidad y otros datos personales en los siguientes casos: cuando sean menores de edad; cuando se trate de delitos de violación, secuestro o delincuencia organizada; y cuando a juicio del juzgador sea necesario para su protección, salvaguardando en todo caso los derechos de la defensa.



- El Ministerio Público deberá garantizar la protección de víctimas, ofendidos, testigos y en general todas los sujetos que intervengan en el proceso. Los jueces deberán vigilar el buen cumplimiento de esta obligación;
- Solicitar las medidas cautelares y providencias necesarias para la protección y restitución de sus derechos, y
- Impugnar ante autoridad judicial las omisiones del Ministerio Público en la investigación de los delitos, así como las resoluciones de reserva, no ejercicio, desistimiento de la acción penal o suspensión del procedimiento cuando no esté satisfecha la reparación del daño.

## **SEGÚN EL CODIGO FEDERAL DE PROCEDIMIENTOS PENALES**

### **DERECHOS DE LAS VÍCTIMAS U OFENDIDOS**

- Recibir asesoría jurídica y ser informado, cuando lo solicite, del desarrollo de la averiguación previa o del proceso;
- Coadyuvar con el Ministerio Público;
- Estar presente en el desarrollo de todos los actos procesales en los que el inculpado tenga este derecho;
- Recibir la asistencia médica de urgencia y psicológica cuando lo requiera;
- Ser notificado personalmente del desistimiento de la acción penal, y
- Proporcionar al Ministerio Público o al juzgador, directamente o por medio de aquél, todos los datos o elementos de prueba con que cuenten, que conduzcan a acreditar los elementos del tipo penal y a establecer la probable o plena responsabilidad del inculpado, según el caso, y la procedencia y monto de la reparación del daño.
- En todo caso, el juez, de oficio, mandará citar a la víctima o el ofendido por el delito para que comparezca por sí o por su representante designado en el

proceso, a manifestar en éste lo que a su derecho convenga respecto a lo previsto en este artículo.



- Los demás que señalen las leyes.

***Los Estados de la República particularizan dentro de sus propios ordenamientos penales los derechos de las víctimas u ofendidos, no obstante los derechos respectivos establecidos por la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, serán exigibles en todo el territorio nacional a través del Juicio de Amparo.***